

3回講座1回目 単発受講可

研修名	ストレスコーピングに役立つアートセラピー ① ～ストレス耐性に気付く～ (3回講座1回目 単発受講可)
研修概要 (目的・ねらい)	私たちは、日常様々なストレスにさらされますが、ストレスは単に悪者とは限りません。自分の今のストレス状態やストレスに対する耐性を知ること、ストレスとうまく付き合っていきましょう。簡単なアートセラピーのワークを通して、今の自分のストレス状態や、ストレス耐性を確認していきます。誰にでも気軽に取り組める簡単なワークを中心に、楽しみながら参加できる講座です。色彩心理に興味のある方にもおすすめです。
日時	① 2018/7/28(土) 13:30～16:30
場所	支部研修室
講師	藤巻 絵美 (ふじまき えみ) 先生 アマラントアートセラピースクール認定アートセラピスト 認定心理士 日本描画テスト・描画療法学会会員 産業カウンセラー 健康食品製造卸会社の商品企画・デザインの仕事を、アマラントアートセラピーを学ぶ。 2014年より東京都内でアートセラピストとして個人アートセラピー・グループアートセラピーを中心に活動中。主にクレヨンと画用紙を用いた描画・カラーージュ等を用いたアートセラピーを行っている。
内容	本講座では、自分自身にフォーカスできるワークを盛り込みました。自分をもっと知りたい方にもおすすめです。アートセラピーには自分自身の今の状態が、鏡に映すように現れます。自分の状態を知り、早めにメンテナンスすることで常により安定した状態で他者の支援を行えるよう、アートセラピーでのストレスコーピングを学びます。 * ストレスコーピング企画 1回目 雨の中の人物画 安定したメンタルヘルスと保つために、アートセラピーがストレスコーピングのツールとして役立つことを体験します。
価格	会員4,200円 (一般4,620円)
定員	20名
受講資格	どなたでもご参加いただけます
申込期間	2018/3/28(水)～2018/6/28(木)
トピックス	他者を支援する業務についている方は、自分自身のことを後回しにする傾向があります。自分自身のこころや体の状態に気づかず無理をしてしまいがちです。日頃のメンテナンスが手軽にできるアートセラピーのセルフメンテナンス方法を、楽しみながら学びを深め、続けることで身につけていきます。

講座のお申し込みは、
北関東支部 会員研修講座のページから
お申し込みいただけます。
(FAXによるお申し込みもできます)



URL: <http://www.jica-kitakantou.org/induction/index.h>

※申込みの流れや詳細についても御案内しています。



【各会場】

【お問合せ先】

一般社団法人日本産業カウンセラー協会 北関東支部 事務局
TEL 048-823-7801 (土日祝を除く 9:30～17:30)
FAX 048-823-7807 URL: <http://www.jica-kitakantou.org/>
E-mail: counselor@jica-kitakantou.org



= FAX 申込用紙 =

FAX 048-823-7807

※募集案内によっては専用申込用紙にてお申込みいただくものもございます。その場合には募集案内裏面の申込用紙をご利用ください。

申込講座名				開催日
ふりがな		会員 NO		
氏名		所属支部		
ご住所	〒			
TEL (携帯・固定)				昼間の連絡先をお願いいたします
FAX				申込結果の通知をいたします
E-mail				
受講料振込み日	年	月	日	通信欄

振込先	埼玉りそな銀行 浦和中央支店 普通 5158785 シヤ)ニホンサンキョウカウンセラーキョウカイ キタカントウシブ 口座名義：一般社団法人日本産業カウンセラー協会 北関東支部
-----	---

○取得した個人情報は、各研修の運営等のほか、協会主催の各種講習会等の案内、アンケート・調査の依頼、お問合せに対する回答等のお知らせを行なうために必要な範囲内で利用させていただくことがあります。また、取得した個人情報は、法律上提供しなければならない場合を除き、ご本人の同意を得ることなく、目的の範囲を超えて利用したり第三者に開示・提供することはいたしません。

○キャンセル、振替等

- 講座開催日の1ヶ月前の応答日までのキャンセルは、振込手数料を差し引いてご返金いたします。
- 講座開催日の1ヶ月前の応答日翌日以降のキャンセルは、当方の都合による場合以外は一切返金できません。
- 他講座への受講料振替は応じておりませんので、あらかじめご了承ください。

○その他：台風・地震・大雪等の天災、広範な公共交通機関の不通により開講が危ぶまれる場合は、北関東支部HPの「災害掲示板」(<http://www.jica-kitakantou.org/spotnews/index.html>)にて、ご確認ください。開催中止は、開講時間の3時間前までに中止の告知を致します。

○問合先：一般社団法人日本産業カウンセラー協会 北関東支部 事務局
 TEL 048-823-7801 (土日祝を除く9:30~17:30)
 FAX 048-823-7807 URL: <http://www.jica-kitakantou.org/>
 E-mail counsel@jica-kitakantou.org



※切以前に定員に達しました場合はご容赦ください

